

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра социальной психологии образования и развития

**Взаимосвязь саморегуляции поведения и характеристик
межличностного общения у студентов**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 5 курса 541 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиль подготовки «Психология и социальная педагогика»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Везиевой Елизаветы Асрудиевны

Научный руководитель
канд. психол. наук, доцент

Н.М. Голубева

Зав. кафедрой
доктор психол. наук, профессор

Р.М. Шамионов

Саратов 2021

Введение

Актуальность исследования. Студент, учась в университете, сталкивается с личностными выборами, самоанализом и самоопределением. Поэтому очень важна взаимосвязь саморегуляции поведения и характеристик межличностного общения у студентов.

Межличностное общение является неотъемлемым условием совместного бытия людей. Без него невозможно полноценного формирования психических процессов развивающейся личности, также невозможна полноценная социализация в современном обществе. Поэтому проблемой межличностного общения занимаются такие науки как философия, социальная психология, психология, социология и педагогика. С каждым годом всё больше исследователей посвящают свои работы проблеме межличностных отношений, так как эта проблема является актуальной и ключевой в проблемной социальной психологии. Таким образом, тема выпускной квалификационной работы на сегодняшний день является актуальной.

Цель исследования: выявление взаимосвязи саморегуляции поведения и характеристик межличностного общения студентов.

Объект исследования: саморегуляция поведения студентов

Предмет исследования: взаимосвязь саморегуляции поведения и характеристик межличностного общения у студентов.

Гипотеза: параметры межличностного общения и саморегуляции у студентов имеют значимые взаимосвязи, которые различны у студентов с высоким и низким индексом саморегуляции.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования выпускной квалификационной работы;
2. Изучить сущность понятия саморегуляции поведения;
3. Изучить подходы к исследованию проблемы межличностных отношений;

4. Эмпирическим путем изучить уровень саморегуляции студентов и их особенности межличностного общения;
5. Выявить взаимосвязь между саморегуляцией и характеристиками межличностного общения у студентов;
6. Разработать рекомендации по формированию и развитию личностного общения студентов и обучения навыкам саморегуляции.

Эмпирическая база исследования: в данном исследовании принимали участие студенты Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского в количестве 60 человек. Из них 32 девушки и 28 юношей в возрасте от 17 до 25 лет.

Методы исследования:

Для решения поставленных задач и проверки сформулированной гипотезы использовались следующие методы:

- 1) теоретический анализ и обобщение литературных источников по проблеме исследования;
- 2) методы сбора информации – тестирование;
- 3) методы статистической обработки данных – статистические (использование t-критерия Стьюдента и г-критерия Спирмена с помощью Microsoft Excel for Microsoft Office XP).
- 4) методы интерпретации полученных данных.

Для проведения выпускной квалификационной работы использовались следующие **методики:**

- методика «Субъективная оценка межличностных отношений» С.В. Духновского;
- методика «Диагностика мотивационных ориентаций в межличностных коммуникациях» В.А. Уразаевой и И.Д. Ладанова;
- «Опросник волевого самоконтроля» А.Г. Зверковой и Е.В. Эйдмана

Практическая значимость исследования состоит в том, что полученные эмпирические результаты могут быть использованы в профессиональной деятельности педагогов и психологов высших учебных заведений в качестве

примера разнообразных ситуаций в межличностном общении и повышения уровня саморегуляции у студентов всех курсов обучения.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, практических рекомендаций, списка используемой литературы, приложения. В тексте работы представлены таблицы и рисунки.

Структура работы: Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемых источников, включающего 44 источника, и пяти приложений.

Краткое содержание

Первая глава «Теоретические аспекты саморегуляции поведения и межличностного общения студентов» определяет становление понятия «саморегуляция поведения» и «межличностного общения».

Процесс саморегуляции – это особая внутренняя активность человека, которая направлена на построение и осуществление деятельности согласно поставленной им цели. Саморегуляция формирует целостность деятельности на всех этапах ее реализации, соизмеряет способности субъекта с развитием деятельности, сводит воедино разные психические модальности и уровни. Саморегуляция – сознательный процесс управления своего поведения.

В современной психологии нет точного обозначения межличностных отношений. Но нам ближе определение такое: межличностные отношения являются совокупностью объективных связей и взаимодействий между лицами, которые принадлежат к определенной группе.

Отметим, что межличностные отношения представляется нам как совокупность связей, складывающихся между людьми в форме чувств, суждений и обращений друг к другу.

Вторая глава «Эмпирическое исследование по определению взаимосвязи саморегуляции поведения и характеристик межличностного общения студентов»

Цель исследования: изучение особенностей межличностного общения студентов.

В данном исследовании принимали участие студенты Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского в количестве 60 человек. Из них 32 девушки и 28 юношей в возрасте от 17 до 25 лет.

Таблица 2.1 - Сводная таблица общих и средних значений по возрасту и полу студентов Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского

№	Пол	Количество студентов (человек)	Возраст (лет)	Средний возраст (лет)
1.	Мужской	28	17-25	20,9
2.	Женский	32	18-23	20,1

Исходя из таблицы, можно отметить, что выборка имеет примерно равное количество юношей и девушек (девушек на 6,6% больше). Возраст девушек варьируется от 18 до 23 лет (средний возраст – 20,1 лет). Так же выборка представлена студентами мужского пола, возраст которых составляет от 17 до 25 лет (средний возраст – 20,9 лет).

С помощью методики «Опросник волевого самоконтроля» А.Г. Зверковой и Е.В. Эйдмана, мы выявили особенности волевого самоконтроля у исследуемых нами студентов. В Таблице 2.2 представлены полученные групповые результаты.

Таблица 2.2 – Выраженность волевого самоконтроля и его индексов у студентов Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского

Переменные	Среднее значение	Стандартное отклонение
Индекс волевой саморегуляции	13	5,7
Индекс настойчивости	8	2,7
Индекс самообладания	7,1	3

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод о том, что у исследуемых студентов имеется средний уровень волевой саморегуляции, что свидетельствует о том, что респонденты характеризуются умеренной активностью, эмоциональной зрелостью, реалистичностью взглядов,

уверенностью в себе, спокойствием, способностью контролировать свои действия и поступки, адекватной самооценкой.

Рассмотрим данные, полученные в ходе проведения опросника «Стиль саморегуляции поведения». Результаты исследования приведены в Таблице 2.3.

Таблица 2.3 – Выраженность стилей саморегуляции поведения у студентов Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского

Переменные	Среднее значение	Стандартное отклонение
Планирование	5,4	1,8
Моделирование	5,9	1,6
Программирование	5,3	1,9
Оценивание результатов	5,1	1,8
Гибкость	5,5	2,3
Самостоятельность	5,5	1,7
Общий уровень саморегуляции	26,5	8,2

На основе полученных данных построим Рисунок 1, который позволит наглядно проанализировать результаты.

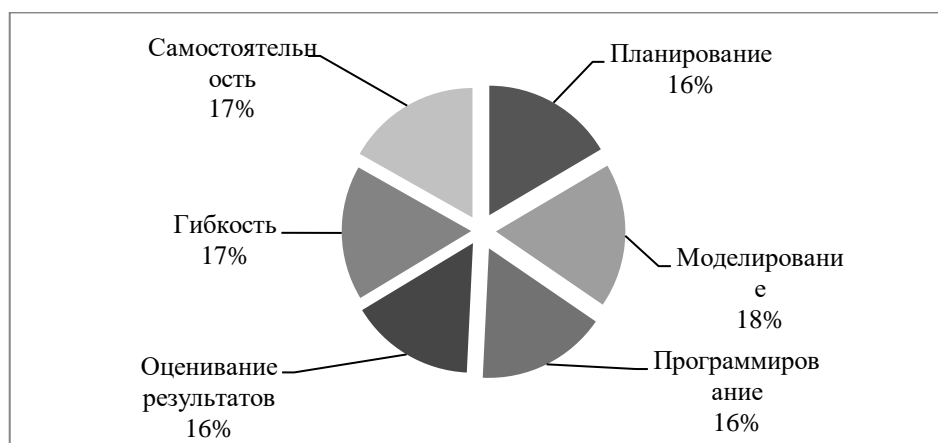


Рисунок 1 – Выраженность стилей саморегуляции поведения у студентов Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского

Исходя из полученных данных, можно говорить о том, что у исследуемых студентов все стили саморегуляции поведения выражены практически в равной степени и имеют средние показатели. Наиболее выражен такой стиль саморегуляции поведения как моделирование

Результаты исследования представлены в Таблице 2.4.

Таблица 2.4 – Выраженность дисгармоний в межличностных отношениях у студентов Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского

Переменные	Среднее значение	Стандартное отклонение
Напряженность в отношениях	5	2,5
Отчужденность в отношениях	4,7	1,8
Конфликтность в отношениях	5,4	2,5
Агрессия в отношениях	5,2	2,6
Итоговая оценка отношений	20,4	8,5

Для наглядности результатов построим Рисунок 2.

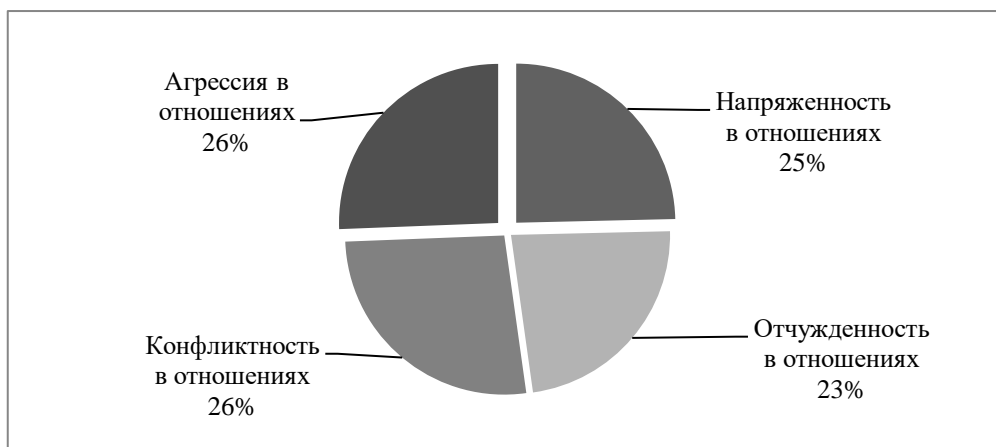


Рисунок 2 – Выраженность дисгармоний в межличностных отношениях у студентов Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского

Исходя из полученных данных можно сделать вывод о том, что все виды дисгармоний в межличностных отношениях выражены в равной степени и имеют средний уровень развития. Итоговая оценка отношений также характеризуется средним уровнем.

Заключительной методикой стала методика «Диагностика мотивационных ориентаций в межличностных коммуникациях» В.А. Уразаевой и И.Д. Ладанова. Полученные данные в ходе проведения диагностики представлены в Таблице 2.5.

Таблица 2.5 – Выраженность коммуникативных ориентаций у студентов Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского

Переменные	Среднее значение	Стандартное отклонение
------------	------------------	------------------------

Ориентация на принятие партнера	16,6	4,8
Ориентация на адекватность восприятия и понимание партнера	13,7	6,5
Ориентация на достижение компромисса	14,5	6,6
Гармоничность коммуникативных ориентаций	44,8	15,2

Исходя из полученных данных можно сделать вывод о том, что исследуемые нами студенты имеют средний уровень выраженности всех ориентаций, а также средний уровень гармоничности коммуникативных ориентаций.

Данные представлены в Таблице 2.6.

Таблица 2.6– Сравнительный анализ уровня волевой саморегуляции и ее индексов у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции и у студентов с низким уровнем волевой саморегуляции

Показатели	Высокий уровень	Низкий уровень	t-критерий Стьюдента	р-уровень значимост и	Стандартное отклонение	
					Высокий уровень	Низкий уровень
Индекс волевой саморегуляции	19,9	6,1	14,6	0,01	2,8	2,6
Индекс настойчивости	10,7	5,1	8,2	0,01	2,3	1,5
Индекс самообладания	10,9	4,1	12,8	0,01	1,4	1,7

Исходя из полученных данных можно сказать, что существуют статистически значимые различия в уровне волевой саморегуляции и ее индексах. Таким образом, индекс настойчивости и индекс самообладания у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции находится на высоком уровне, а у студентов с низким уровнем волевой саморегуляции – на низком уровне.

. Данные представлены в Таблице 2.7.

Таблица 2.7– Сравнительный анализ стилей саморегуляции поведения у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции и у студентов с низким уровнем волевой саморегуляции

Показатели	Высокий уровень	Низкий уровень	t-критерий Стьюдента	р-уровень значимост и	Стандартное отклонение	
					Высокий уровень	Низкий уровень

Планирование	7,2	3,3	11	0,01	1	1,1
Моделирование	7,5	4,5	7,9	0,01	0,9	1,3
Программирование	6,5	3	8	0,01	1,2	1,3
Оценка результатов	7	3,2	10,8	0,01	1,1	0,9
Гибкость	8	2,6	14,8	0,01	0,8	1,3
Самостоятельность	7,2	3,4	9,2	0,01	1,2	1,1
Общий уровень саморегуляции	35,3	16,9	11	0,01	4,7	5

Исходя из полученных данных можно сделать вывод о том, что существуют статистически значимые различия между стилями саморегуляции поведения у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции и студентов с низким уровнем волевой саморегуляции. Таким образом, статистически значимые различия выявлены между всеми стилями саморегуляции поведения. Построим Рисунок 3 и проведем анализ результатов.

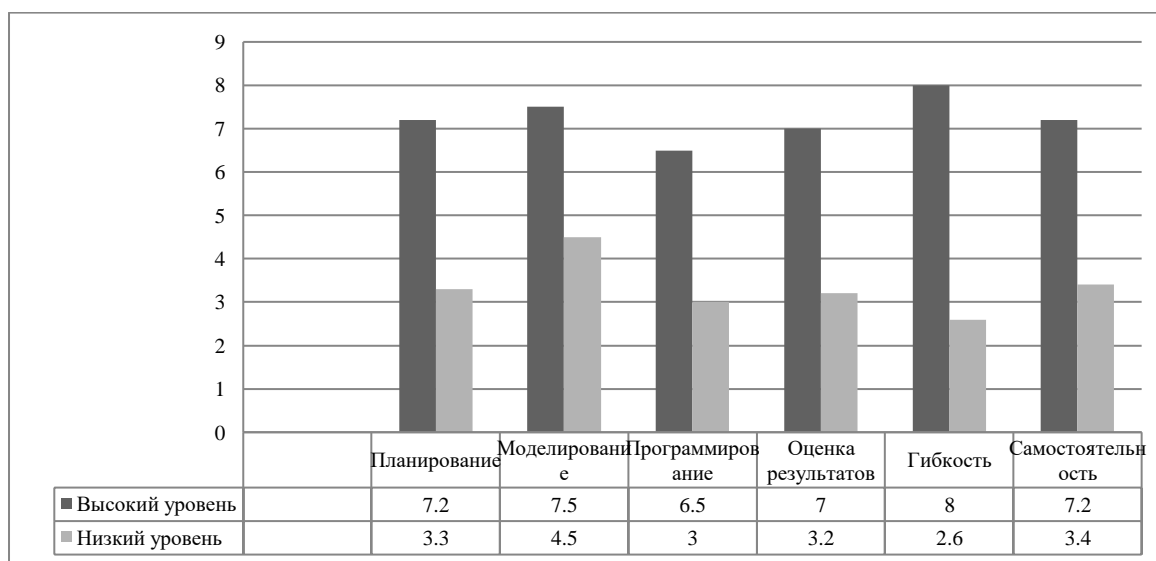


Рисунок 3 – Сравнительный анализ стилей саморегуляции поведения у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции и у студентов с низким уровнем волевой саморегуляции

Обращаясь к Рисунку 3 можно отметить, что для студентов, имеющих высокий уровень волевой саморегуляции присущ стиль саморегуляции поведения -гибкость.

Низкий уровень волевой саморегуляции характерен стиль саморегуляции поведения -моделирование.

Данные представлены в Таблице 2.8.

Таблица 2.8– Сравнительный анализ субъективной оценки межличностных отношений у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции и у студентов с низким уровнем волевой саморегуляции

Показатели	Высокий уровень	Низкий уровень	t-критерий Стьюдента	р-уровень значимости	Стандартное отклонение	
					Высокий уровень	Низкий уровень
Напряженность в отношениях	2	8,1	17,9	0,01	1	1
Отчужденность в отношениях	2,6	6,1	8,8	0,01	0,8	1,4
Конфликтность в отношениях	5,5	8,6	20	0,01	1	0,7
Агрессия в отношениях	2,2	8,5	19,9	0,01	0,9	0,9
Итоговая оценка отношений	9,4	31,2	34,4	0,01	1,6	2,1

Исходя из полученных данных можно сделать вывод о том, что существуют статистически значимые различия в исследуемые группах студентов с разными уровнями волевого самоконтроля в отношении субъективной оценки межличностных отношений. Стоит отметить, что различия были выявлены по всем показателям. Для наглядности построим Рисунок 4.

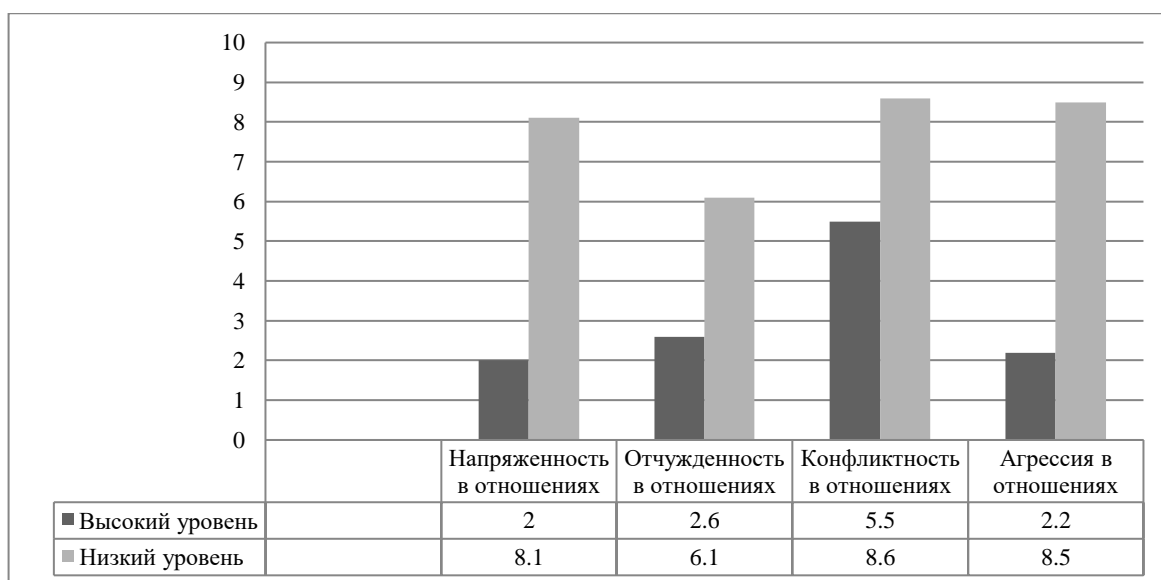


Рисунок 4 – Сравнительный анализ субъективной оценки межличностных отношений у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции и у студентов с низким уровнем волевой саморегуляции

Исходя из полученных данных можно сделать вывод о том, что в группе студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции не имеется высоких показателей по исследуемым шкалам. Отмечая тенденцию к высокому уровню,

можно выделить такой показатель как «конфликтность в отношениях». Средний уровень выраженности конфликтности в отношениях свидетельствует о возможном отсутствии противоречий и противостояний или о том, что трудности, которые все же возникают, имеют конструктивное решение.

В группе студентов с низким уровнем волевой саморегуляции выявлены ярко выраженные высокие уровни дисгармоний в межличностных отношениях. Наиболее высокий показатель имеет «конфликтность в отношениях».

Данные представлены в Таблице 2.9.

Таблица 2.9– Сравнительный анализ мотивационных ориентаций в межличностных коммуникациях у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции и у студентов с низким уровнем волевой саморегуляции

Показатели	Высокий уровень	Низкий уровень	t-критерий Стьюдента	p-уровень значимости	Стандартное отклонение	
					Высокий уровень	Низкий уровень
Ориентация на принятие партнера	21,1	13,8	6,2	0,01	2,5	4,3
Ориентация на адекватность восприятия и понимание партнера	21,9	7,2	19,2	0,01	3	0,4
Ориентация на достижение компромисса	22,5	7,6	24,6	0,01	2,2	0,9
Уровень гармоничности в коммуникативных ориентациях	65,6	28,6	25,1	0,01	4,2	4,3

Исходя из полученных данных можно сделать вывод о том, что существуют статистически значимые различия между мотивационными ориентациями в межличностных коммуникациях у студентов с разным уровнем волевого самоконтроля. Построим Рисунок 5 для наглядности и анализа данных.

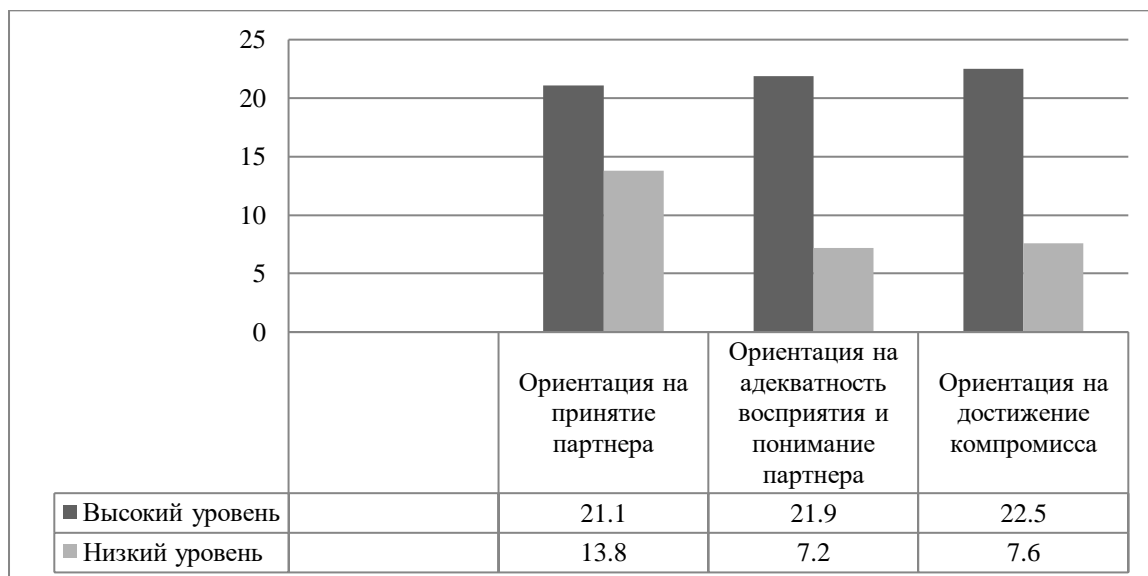


Рисунок 5 – Сравнительный анализ мотивационных ориентаций в межличностных коммуникациях у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции и у студентов с низким уровнем волевой саморегуляции

Анализируя полученные результаты можно сказать, что в группе студентов с высоким уровнем волевого самоконтроля имеются выраженности всех видов ориентаций. Это свидетельствует о том, что отношениях для таких студентов важны стремления к общению, доверие и понимание в них, наличие уважения, ориентация на создание прочных и благоприятных взаимосвязей.

На заключительном этапе исследования, для установления взаимосвязи статистического анализа данных, использовался корреляционный анализ с применением коэффициента корреляции r-Спирмена.

Данные представлены в Таблице 2.10.

Таблица 2.10– Результаты корреляционного анализа для выявления взаимосвязи между уровнем саморегуляции и особенностями межличностного общения в группе студентов с низким уровнем волевой саморегуляции

	Индекс волевой саморегуляции	Общий уровень саморегуляции
Напряженность	0,53*	-
Отчужденность	-0,53*	-
Ориентация на принятие	-	-0,66**
Показатель гармоничности	-	-0,70**

Примечание: Для n= 16, критические значения уровней достоверности колеблются в пределах $r \geq 0,50$ (* при $p=0,01$), $r \geq 0,62$ (** при $p=0,05$).

Исходя из полученных данных можно говорить о том, что на волевую саморегуляцию студентов с низким уровнем волевой саморегуляции оказывает непосредственное влияние напряженность в отношениях, в то время как отчужденность снижает уровень волевой саморегуляции.

Таблица 2.11– Результаты корреляционного анализа для выявления взаимосвязи между уровнем саморегуляции и особенностями межличностного общения в группе студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции

	Общий уровень саморегуляции
Напряженность	-0,48*

Примечание: Для $n= 18$, критические значения уровней достоверности колеблются в пределах $r \geq 0,47$ (* при $p=0,01$).

В ходе проведения корреляционного анализа нами была выявлена отрицательная корреляционная связь между общим уровнем саморегуляции и напряженностью.

Заключение

Выполнив исследование на тему: «Саморегуляция и межличностные отношения у студентов», можно сделать следующие выводы, что процесс саморегуляции – это особая внутренняя активность человека, которая направлена на построение и осуществление деятельности согласно поставленной им цели. Саморегуляция формирует целостность деятельности на всех этапах ее реализации, соизмеряет способности субъекта с развитием деятельности, сводит воедино разные психические модальности и уровни. Саморегуляция – сознательный процесс управления своего поведения.

В эмпирической части работы было проведено исследование взаимосвязи саморегуляции и особенностей межличностных отношений у студентов. В процессе количественно-качественного анализа были проинтерпретированы результаты обработки первичных данных используемых методик с учетом общей и групповой принадлежности респондентов.

В результате проведения, используемых в ходе исследования методик, были получены следующие данные. Анализируя показатели общей выборки можно сказать, что все исследуемые нами переменные, а именно компоненты

саморегуляции и особенности межличностного общения, имеют средний уровень выраженности и свидетельствуют о гармоничном развитии межличностных отношений в исследуемой нами группе.

Проведя сравнительный анализ между двумя группами студентов – с высоким уровнем волевой саморегуляции и с низким уровнем волевой саморегуляции нами было выявлено, что существуют статистически значимые различия между исследуемыми группами. Таким образом, студенты, имеющие высокий уровень волевой саморегуляции характеризуются спокойствием, эмоциональной зрелостью, реалистичностью взглядов, устойчивостью в намерениях, уверенностью в себе и собственных возможностях. Также их отличает наличие высокой работоспособности, стремление к завершению начатого дела, уважение к социальным нормам, хорошее владение собой в различных ситуациях. А студенты, имеющие низкий уровень волевой саморегуляции характеризуются повышенной чувствительностью, низкой работоспособностью, эмоциональной неустойчивостью, обидчивостью, неуверенностью в себе, низким фоном активности, импульсивностью и неустойчивостью намерений.

Исследуя корреляционные связи между саморегуляцией и особенностями межличностного общения у студентов в группе с низкой и в группе с высокой саморегуляцией, было выявлено, что на волевою саморегуляцию студентов с низким уровнем волевой саморегуляции оказывает непосредственное влияние напряженность в отношениях, в том время как отчужденность снижает уровень волевой саморегуляции. А у студентов с высоким уровнем волевой саморегуляции было выявлено, что на общий уровень саморегуляции оказывает воздействие напряженность.

Данные корреляционные связи дают основание полагать, что гипотеза статистически подтверждена и требует дальнейшего исследования по данной проблеме.

